

YSGOL GLAN CONWY

Mae llau pen yng ngwallt rhai o'r plant.

Mae hon yn broblem gyffredin ymhob ysgol ond medrwn, gyda'n gilydd, leihau y broblem trwy ddilyn y cyfarwyddiadau canlynol **yn wythnosol**:

- Golchwch y gwallt yn iawn a'i sychu â lliain, hyd nes y bydd yn wlyb ond heb fod yn diferu.
- Gwnewch hyn mewn golau da – golau dydd sydd orau.
- Cribwch y gwallt gyda chrib arferol.
- Gan ddefnyddio crib archwilio, tynnwch y crib yn araf o'r corun hyd flaenau'r gwallt gan sicrhau bod y crib yn cyffwrdd â chroen y pen bob amser. Gall sebon llyfnu ei gwneud yn haws tynnu'r crib drwy'r gwallt.
- Chwiliwch am lau yn nannedd y crib ar ôl tynnu'r crib drwy'r gwallt.
- Ewch drwy gamau 4 a 5 eto gan fynd o amgylch y pen o'r corun i flaenau'r gwallt.
- Os oes llau ar y pen, bydd lleuen neu ddwy yn nannedd y crib.
- Os y dewch o hyd i leuen ewch at y fferyllydd a gofyn pa driniaeth i'w ddefnyddio.
- Os oes llau ar un o'r teulu archwiliwch weddill y teulu, gan gynnwys yr oedolion.

Os ydy gwallt eich plentyn yn ddigon hir i'w glymu nôl gofynnwn i chi wneud hynny – er mwyn gwahardd y llau rhag cerdded o un pen i'r llall.

Some of the children have headlice in their hair.

This is a common problem in all schools but together we can lessen the problem by following the instructions below **weekly**:

- Wash the hair well and towel dry until damp but not dripping.
- Ensure there is good lighting – daylight is best.
- Comb the hair with an ordinary comb.
- Using a detector comb, begin at the top of the head and making sure that the comb is touching the scalp, slowly draw the comb towards the end of the hair. The use of hair conditioner may ease the process.
- Check the teeth of the comb carefully for lice after each stroke.
- Repeat steps 4 and 5 working your way around the head from the top of the scalp to the ends of the hair.
- If there are headlice, you will find one or more on the teeth of the comb.
- If you do find a louse ask your pharmacist which headlice treatment to use.
- If one member of the family has lice, check the rest of the family including the adults.

If your child's hair is long enough to tie back we ask that this is done – to prevent the headlice walking from one head to another.